

# 学汽修心得体会 汽修培训的心得体会(精选10篇)

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

## 学汽修心得体会篇一

我在x汽车销售服务有限公司进行维修实习活动。在这一个月的时间里，我对汽车维修服务站的整车销售、零部件供应、售后服务、维修以及信息反馈等有了一定的了解和深刻体会。x丰田汽车销售服务有限公司是一个拥有丰田定点、配套、直接提供的一流维修设备：举升机、轮胎动平衡机、车身校正架、烤漆房等，还拥有先进的进口检测仪器：电脑检测仪、点火测试仪等，及使用于维修业务的计算机网络。宽敞、整洁的业务接待大厅和服务周到的客户休息室为客户提供舒适的环境，宽敞的维修车间，设置24个标准工位充分满足维修作业的需要。规格齐全，优质纯正的配件是上海大众系列车辆运行的安全保证。x丰田汽车销售服务有限公司是一个大型的四s店。主要销售：威驰、花冠、锐志、皇冠、普拉多、巡洋舰、柯斯达等国内畅销车型。

1熟悉汽车修理环境、修理工具。为将来工作打下基础。

2、通过现场维修实习和企业员工的交流指导，理论联系实际，把所学的理论知识加以印证、深化、巩固和充实，培养分析、解决工程实际问题的能力，为后继专业知识的学习、课程设计和毕业设计打下坚实的基础。

3维修实习是对学生的一次综合能力的培养和训练。在整个实习过程中充分调动学生的主观能动性，深入细致地认真观察、

实践，使自己的动手能力得到提高。

这家公司不但拥有一批高素质、高技能的汽车维修技术人员，而且从国内、外购进一批先进的汽车维修检测设备。例如：电脑检测分析仪、喷油清洗分析仪、四轮定位仪、atf自动循环清洗……等等。使得该厂软、硬件兼备且完善。

拥有完善的维修服务流程，流程如下：

## 1、汽车保养

汽车保养是很重要的，买的一辆新车，首先要懂得如何保养。汽车保养需要做的几项工作：

清洁汽车外表，检查门窗玻璃、刮水器、室内镜、后视镜、门锁与升降器手摇柄是否齐全有效。检查散热器的水量、曲轴箱内的机油量、油箱内的燃油储量、蓄电池内的电解液液面高度是否符合要求。检查喇叭、灯光是否齐全、有效，安装是否牢固。检查转向机构各连接部位是否松旷，安装是否牢固。检查轮胎气压是否充足，并清除胎间及胎纹间杂物。检查转向盘的游动间隙是否符合标准；轮毂轴承、转向节主销是否松动。检查离合器和制动踏板的自由行程是否符合规定。

检查轮胎螺母、半轴螺栓是否牢固可靠。起动发动机后，察看仪表工作是否正常，倾听发动机有无异响。检查车辆有无漏水、漏油、漏气、漏电等“四漏”现象。检查拖挂装置工作是否可靠。

机油的作用主要是对发动机进行润滑、冷却、密封、清洁、防锈、防腐……若没有机油，汽车的心脏就不能正常运转。使用矿物油，一般5000公里换一次机油。正确的换油标准是以“引擎运转时间”来计算的。（自估平均时速：公里/小时 $\times$  $\square$ 100小时/矿物油—200小时/合成油）=换油公里数。

汽车制动液检查与更换：汽车行驶一定的时间就要检查制动液，必要时需更换。制动液在使用一定时间后，会出现沸点降低、污染及不同程度的氧化变质，所以应根据气候、环境条件、季节变化及工况等及时检查其质量性能，做到及时更换。普通工况下，制动液在使用2年或5万公里后就应更换。原则上，不同型号的制动液不能混用，以免相互间产生化学反应，影响制动效果。不同车型，使用的制动液也往往不同。制动液有矿物油型制动液、合成型制动液等类型。合成型制动液具备很多优点被普遍使用。

此外，在更换制动液时应使用专业更换设备，这样更换制动液更彻底，不残留杂质，避免出现气阻，并能有效避免人工更换制动液常出现的问题。如制动发软、放液（气）阀的损坏。

## 2、发动机火花塞的更换

虽说在时间和行驶里程上没有更换机油要求得严格。但如果长时间不更换火花塞，也会影响发动机工作及寿命。火花塞一般分为两种，一种是普通型，这种火花塞使用寿命是两年或四万八千公里。另一种铂金火花塞，这种火花塞由于使用了铂金材料，因此寿命可达十二万公里或五年。大多数汽车的火花塞可以自己更换，尤其是四缸发动机更为容易。全世界的家用小汽车火花塞只有两种尺寸，你如果想自己更换火花塞，可到丰田制定汽车零部件商店，报上你汽车的年代及型号，购买和你汽车匹配的火花塞，然后向服务生借用更换火花塞的工具便可自己更换。

## 3、汽车雨刷器常见故障诊断以及挑选方法

上刮100万次以上。据国际驾驶安全调查显示：雨天驾车，由老化雨刷引起的交通事故率比平常高出大约5倍！

这不，眼看着天气暖和了，雨季就要来了。如果您的雨刷器

有什么故障，得赶紧想办法修复。我们特地利用周日的休息时间，走访了几家汽车修理厂的师傅们，得到的答案就是：对症下药——根据雨刷不同的病症给以不同的诊断方法。

**雨刷硬化：更换雨刷或橡胶片：**不知您注意到没有？雨下得很大时使用雨刷感觉不错，可是当下小雨启动雨刷时，就会发现雨刷会在玻璃面上留下擦拭不均的痕迹；有的时候会卡在玻璃上造成视线不良。这种情况表明雨刷已硬化。若排除此故障，应先了解一下雨刷的工作原理。原来，雨刷是借马达的转动作用，靠连接棒转变成一来一往的运动，并将此作用力传达至雨刷臂及雨刷本身。当雨刷的橡胶部分硬化时，雨刷便无法与玻璃面紧密贴合，或者雨刷一有了伤痕便会造成擦拭上的不均匀，形成残留污垢。

雨刷或雨刷橡胶片的更换很简单，但在更换时应注意，车型及年份不同，雨刷的安装方法及长度不同。有的雨刷只需要更换橡胶片即可。

- 1、雨刷臂如果是可立式的就立起来，如果是不可立的屏蔽式，先将玻璃面弄湿，当雨刷在较易更换的位置时将马达开关定在off
- 2、雨刷的安装方法有u钩型、螺丝锁定型。钩型者只要将钩子拉起来雨刷即可拔下。
- 3、取下来的雨刷最好与新装的雨刷的长度比一比，看看是否相同，再观察一下安装方法是否相同。
- 4、将雨刷尽量按原来的方式插入，使其固定。
- 5、将挡风玻璃弄湿，观察雨刷的动作是否正常。

**雨刷臂的故障，更换雨刷臂：**雨刷借助雨刷臂弹簧的力量而与挡风玻璃紧密接触。当弹簧的张力变弱时，会由于高速行

驶时带给挡风玻璃的强大风压而使雨刷浮起或挂在挡风玻璃上。为了彻底排除此故障，最好整组更新雨刷臂。

- 1、将雨刷臂安装部分的套子拆下来。
- 2、将固定用的螺帽转松后拆下。
- 3、将雨刷臂放于直立的状态，然后稍稍动一下就会脱落。
- 4、在新的雨刷臂上换上雨刷本体。
- 5、在雨刷的停止位置将螺帽转紧，最后将盖子装上就好了。

## 学汽修心得体会篇二

“考什么，教什么；考什么，学什么”这种观念在老师和学生心目中根深蒂固，你要搞新的，可能老师不欢迎，学生不认同，家长不答应。所以只有从制度层面去设计，它的推动力才是最大的。

教什么？以前不是学校所能定的，是上面说了算。但是现在课程改革要求老师能够自己开设一门或多门选修课，内容可以自己定，这给我们老师带来了很大机遇，也给学生带来了更多的可能，可以拓宽学生学习的知识面，就拿我们信息技术老师而言，有个别老师在编程方面非常有专长、有的老师在做动画方面非常有专长、也有老师在做多媒体作品制作方面非常厉害、还有老师对硬件非常有研究等等，像以前我们只能按照教材的要求或者会考高考的要求来进行教学，现在就可以根据自己的特长设计一门对学生非常实用的选修课来丰富学生在信息技术方面的知识，可谓一举两得。

在课程改革之前，常见课程往往有一些固定的方式方法，老师能否透彻掌握这些方法将直接影响到老师能否真正上好对应课程的内容，方法几乎已经确定，好坏几乎可以立判。但

是课程改革之后对于选修课程怎么教的问题就更加灵活了，这是老师的事，是教研室、教研组的事，是学校的事。也是之前教师提高培训的重点。

以我信息技术老师为例，假设我的课程是《硬件的认识及系统的安装》，就完全可以在条件不是很苛刻的情况下，由自己来设计怎么教，如我们学校这几年下来往往会有不少老机器被淘汰，这是现存的硬件设备，我就可以把学生带到这个被淘汰的机房进行拆卸来认识计算机的一些必备零件，并讲解各零件的作用，以及怎么样把他们组装起来等等。

选修课的评价也将非常灵活，可以根据平时学生选修课报道的情况来评价，也可以设计试卷进行评价，还可以根据学生完成的实践作业进行评价等等。

总之，我会努力将课堂上所学的和平时生活实践中得到的经验教训应用到实际教学中，这将使我更加热爱教育事业，我相信，只要我们够努力，我们一定可以当一名优秀的人民教师。

### 学汽修心得体会篇三

这个学年，我很荣幸地选到了冯老师的足球课。通过一个学年的学习，增长了我的足球知识和技能，让我深刻地体会到足球的魅力和乐趣。

中国古代把用脚踢球叫蹴鞠。早在2000多年前的春秋战国时代，就有了蹴鞠游戏。西汉时修建有鞠域，专供竞赛之用。唐代是蹴鞠活动的昌盛时期，出现了用灌气的球代替了过去以毛发之物充填的球称为气毬。并用球门代替了鞠室。而在西方，公元10世纪以后，法国、意大利、英国等一些国家有了足球游戏。到15世纪末有了足球之称。后逐渐发展成现代的足球运动。1863年10月26日，英国人在伦敦成立了世界上第一个足球运动组织——英国足球协会，并统一了足球规则。

人们称这一天是现代足球的誕生日。这次制定的足球规则共14条，它是现今足球规则的基础。从1900年的第2届奥运会开始，足球被列为奥运会的正式比赛项目。但它不允许职业运动员参加。1905年5月21日，国际足联在巴黎成立。从1930年起，每4年举办一次世界足球锦标赛(又称 世界杯足球赛)。比赛取消了对职业运动员的限制。

从此，现代足球运动日益发展。足球是一项讲究团体作战、技战术配合的运动项目。绿茵场上运动员们矫健的身姿、娴熟的过人技巧以及精彩的射门动作，令天下数以亿计的球迷们疯狂、欢呼，着实是给球迷的一种伟大的精神和视觉上的享受。每四年一度的世界杯云集了地球上最强壮、最有实力的32支队伍，是足球界里的“巅峰之战”，更是把这种“足球之风”推向了高潮。足球无愧被称为“世界第一运动”。

起初，我只是一个小小的球迷，曾为自己所喜爱球队的失败痛哭过，也曾为他们的胜利破涕而笑过。看了无数场比赛，了解了一些规则，学会了一些技巧，于是几个小伙伴便三五成群的玩起了对抗比赛，“可观度”之烂可想而知。一路上抱着一颗对足球炽热的红心来到了大学，体育课选专业是无怨无悔的选择了足球，心想自己已经成为了一名“专业”的足球运动员了，更是不敢怠慢每一堂体育课，积极参与训练，通过一年的学习，在老师的谆谆教导和同学们热情的标准下，我的足球水平虽不敢说实现了一个质的飞跃，但确实也提高了不少。对足球接触的多了，参加的比赛也多了，难免会总结一下自己的“得失功过”，谈谈自己的拙见。

首先，足球是一项非常消耗体力的运动，拥有强健的体魄是一个关键。九十分钟的激战，一个半小时马不停蹄的长途奔跑，确实是考验一个人体力的时候。要想取得比赛的胜利，我们不仅要有坚强的意志，战无不胜的傲气，在精神上打垮敌人，最重要的还是要有一个永远也消耗不完的体力，用实际行动去战胜对手。看看绿茵场上的运动员，哪一个不是健壮如牛，这也为胜利奠定了最基本的物质基础。

其次，足球讲究的是个人的技术和整体的战术。看看镜头中运动员们花哨的过人动作，高难度的射门动作，都是个人技术的体现。个人技术水平提高了，球队的整体作战能力也就提高了，这是取得胜利无可争议的必备条件。在战术上，重要依据的是教练根据个人的特点和整体的攻守能力做出的排兵布阵的方法，也就是我们常说的阵型。一个好的阵型犹如一把锋利的尖刀，直插敌人的要害部位。不同的球队适于不同的阵型，但一个好球队必要磨练出自己擅长的阵型，才能在战场上经久不衰。还有一些战术犯规，虽然在神圣的足球运动当中和一些正人君子的眼里不受欢迎，但在一些特殊的时候也不得不使用。

足球是一项团体作战的运动在球场上球员不仅要有明确的分工，还要有默契的配合。球员在球场上的位置不仅要有层次感，一层一层的防住对方的进攻，还要明确自己的目标和任务，或注意自己盯防的对方球员。中后场球员主要在战术上打击敌人，而锋线球员则在战略上攻击、瓦解敌人。球场上的11个人如同一个人，表现的让对方无懈可击，才能更进一步逼近胜利。

足球是一项很讲究速度的运动项目，足球运动员的速度素质训练应在尽可能模拟比赛、满足比赛需要的前提下，全面提高反应速度、位移速度和动作速度。不论发展位移速度或动作速度，要遵循的基本原则是：用最大强度重复完成练习，要打破以往“速度障碍”的模式化训练，即速度耐力训练所建立的慢速的动力定型。在发展速度素质时，既要提高位移速度和动作速度，又要专门提高反应速度。足球运动与其他运动不同，跑动本身并不是最终的结果，而仅仅是获得最后结果的一种手段。

荷兰足球理论认为，以提高冲刺能力某些方面因素而进行的协调性训练对跑动技术的进步有很大帮助。速度训练需要协调性，足球运动的每个动作都需要协调性，而好的协调性才能造就好的技术。协调性是足球训练实施的基础，提高协调



性最有效的方法是把协调性的训练结合到足球训练中，强调肌肉训练最大的效果是使神经系统能更有效地控制肌肉运动在肌肉力量训练中，负荷的安排比较难掌握。尤其是专项力量训练，负荷量和强度的搭配以及重复次数和组数在发展某一种力量训练时有所不同。在周期性力量训练中，因为训练开始阶段肌肉增长主要是神经中枢的调节，应该是短的周期训练所产生的神经肌肉作用会更好地增强爆发力，尤其是进行最大力量训练。另一方面，运动负荷和动作速度变化大的短周期力量训练也应该对肌肉力量和爆发力的提高有很大的益处。但是，在这种情况下训练需要进行较好的身体监测。

足球让我懂得了很多道理，我知道了什么是耐力，什么是拼搏，什么是团队合作。足球运动是以脚支配为主的集体对抗性项目。被誉为“世界第一运动”，深受各国人民的喜爱。足球运动有很强的锻炼和欣赏价值，经常参加能增强体质，发展运动能力，培养勇敢、顽强、机智、果断、团结协作的思想品质，并可以此为手段促进锻炼习惯的养成。

## 学汽修心得体会篇四

x月x日——x月x日

打工

恒通汽修厂

放暑假回到家后，在家呆了几天后，感觉有些无所适事，于是便和父母商量着去找些事做，体验下社会，感受一下挣钱的感觉，后来便经熟人介绍来到了一家汽修厂去打点零工。

刚开始的时候什么都不太懂，于是就跟着工人们简单的了解和熟悉厂里的情况，干的都是一些比较轻松的活，例如来回跑腿传达消息，后来就开始跟着工人师傅们干一些比较重的体力活和技术活，像抬机械，拧螺丝等，给师傅们当副手，

几日相处下来，我和厂里的工人们都彼此熟悉了，从他们身上我学到了很多，第一次单独在社会上生活让我受益匪浅，虽然只有短短二十天的时间，却让我把以前所学的东西尤其是理论知识在实践中得以更加彻底的认识，在这二十天中，不仅让我掌握了一点技术，最为重要的是懂得了如何去为人处事。

第一是要真诚，真诚在这个社会上变得越来越重要了。第一天去厂里的时候，心里不免有些疑惑，不知道师傅们怎么样，应该去怎样做，做点什么等等，刚和厂里的师傅们接触的时候，大家不免有些不自然，后来我发现只有真诚的去请教，大家才会真心的去帮助你，切忌不懂装懂，死要面子，这样不但不会得到别人的帮助，反而会让别人看不起，所以真诚让我和工人师傅们迅速打成一片，更好的向他们学习，第二是主动去沟通，没有沟通别人就不会去了解你，更加不会和你去进一步的联系，不沟通厂里的师傅们就不会知道你什么地方还不明白，所以跟师傅们很好的沟通是很有必要的，同时我也觉得这是我们以后走向社会所不可或缺的能力。

这次经历让我对社会的认识又增加了许多，这期间我也接触了不少社会上的人，通过不同阶层的人们的言行举止，我能看到这个社会是有才能的人的社会，没有一技之长终究是要被这个社会所淘汰的，这让我意识到要更加珍惜现在读大学的机会，尽可能多的学习知识，锻炼自己的能力。

总之，这次社会实践经历让我受益匪浅，让我对社会有了更深刻的认识，以后我会争取更多这种锻炼的机会。

## 学汽修心得体会篇五

关于这次学习日语的心得，首先我要感谢未名天的老师，北京未名天日语培训学校的老师在这短短几个月里让我零基础的日语突飞猛进。接下来，我谈一下我对这次日语培训的心得体会。

在这次培训学习中我受益的是未名天教授的一套学习的套路。听老师介绍，这是北京未名天日语培训学校的根据规律经验总结出来的独特教学模式。这套教学模式让学习很迷茫的我得到突飞猛进的进步。

我从日语学习的几大模块来说说我这次到北京未名天的日语培训，首先是单词的记忆，单词的记忆纯靠单纯的记忆是很难收到很好的效果的，这一点是众所周知的，我感觉那一套学习套路为我们记忆单词提供了一个好的建议，首先把单词读一遍，然后到课文中去熟悉我们刚才念过的单词，这句子的翻译中我们不知不觉的就掌握了大部分的单词。然后去听写几天前学过的单词，这就要求我们随时温故以前的知识。

然后是语法，我感觉语法是一个需要自己花费功夫去记忆的东西，但是并不是毫无章法可循，老师在这点上做的就很好，注重语法之间的联系，与一个语法相关的语法都牵扯进来，这样我们把容易混淆的语法多看几遍，然后经常复习，久而久之，记住他们已不是一件难事。再就是阅读，我感觉阅读做的首页很到位。我们有课文，有对话，但我们也有不懂的地方，未名天的老师随时对我们进行讲解，直到每一位都明白为止，尤其在碰到难懂的句子，老师更是给了我们很好的方法，那就是分析句子主干法，这个方法我感觉真的很管用，是一个应急的好方法。

最后我谈一下听力，听力是我一直以来都没有多大信心的地方，可能一个句子我能读出来能看懂，但是一旦让我去听，我就不知所云了，这也是大部分人学习日语所遇到的问题。在未名天培训的过程中，我的听力有很大的提升。我个人感觉，听力是一个需要勤练的东西。这这次培训学习中，老师每天都会拿出一部分时间让我们去听，这一点我感觉很重要。

我大体讲了一下我在北京未名天日语学校学习培训的心得体会。我感觉这次培训中，自己受益匪浅，再一次感谢未名天专业优秀的教师。

## 学汽修心得体会篇六

在这一个月的时间里，我对汽车维修服务站的整车销售、零部件供应、售后服务、维修以及信息反馈等有了一定的了解和深刻体会。汽车销售服务有限公司是一个拥有丰田定点、配套、直接提供的一流维修设备。

我在公司先是从事汽车漆面保养工作，如抛光、封釉、镀膜等，刚开始的时候由于对抛光机的使用不熟练，工作中好多问题都不会处理，后来在同时的帮助下慢慢的进步懂得了其中的使用技巧。工作中就显得轻松多了。其实汽车维修是一项比较简单的工作，技术含量并不高，最主要的就两个字“细心”。我对汽车美容工实行了以下几点原则：

- 1、耐心细致：汽车美容是精细工作，类似工艺品的加工制作，我必须要有耐心，精益求精。粗心大意容易出错，稍有疏忽就会留下边边角角的污点。
- 2、求稳避灾：车漆美容时，一旦研磨或抛光过度，会造成原有漆面的破坏、很难补救。因此，当出现难题时我停下来，规划好后再继续操作。
- 3、取轻避重：进行美容作业时，应根据部位及材料选用产品，并作好试验、试用工作。优先选用柔和型、稀释型或微切型的产品。尽量由低速档位、小力量开始试验操作，直至速度、用力大小满足要求为止。
- 4、先试后用：为了保证作业要求，我在全面作业之前，在隐蔽处小范围内进行试验，以便掌握情况正确使用产品和优化操作方法。

通过现场维修实习和企业员工的交流指导，理论联系实际，我把所学的理论知识巩固和充实，培养分析、解决实际问题的能力，为后继毕业设计打下坚实的基础。

## 学汽修心得体会篇七

20xx年xx月到xx月，我在春风日产xx专营店进行补缀练习活动。在这三个月的时候里，我对汽车4s店的整车销售、售后办事、补缀、信息反馈等有了必定的明白和深入领会。

春风日产xx专营店是一个具有春风日产车定点、配套、直接供给的一流补缀配置：举升机、轮胎动均衡机、车身订正架、烤漆房、四轮定位仪等，还具有进步的入口检测仪器[nissan电脑检测仪、焚烧测试仪、雪种机等，及利用于补缀交易的谋划机收集。宽阔、整齐的交易欢迎大厅和办事殷勤的客户歇息室为客户供给安逸的环境，宽阔的补缀车间，配置十几个标准工位富裕满足补缀功课的必要。规格齐备，优良纯正的配件此日产系列车辆运行的安定包管。该店是一个大型的4s店，销售办事的车型有：天籁、颐达、骐达、帕拉丁、轩逸、骊威、骏逸等几种车型。

这家店不但具有一批高本质、高技巧的汽车补缀技巧人员，并且从海内、外购进一批进步的汽车补缀检测配置。比方：电脑检测分析仪、喷油清洗分析仪、四轮定位仪[atf自动轮回清洗。等等。使得该厂软、硬件兼备且美满。

在这三个月的练习中，我对汽车的保养以及保养的必要性有了深入的明白。

汽车保养是很紧张的，买了一辆新车，最终要明白如何保养。

汽车保养必要做的几项工作：

- 1、干净汽车外皮，查抄门窗玻璃、刮水器、室内镜、后视镜、门锁与起落器手摇柄是不是齐备有效。查抄散热器的水量、曲轴箱内的机油量、油箱内的燃油储量、蓄电池内的电解液液面高度是不是符合要求。查抄喇叭、灯光是不是齐备、有

效，安置是不是牢靠。查抄转向机构各连接部位是不是松旷，安置是不是牢靠。查抄轮胎气压是不是富裕，并清除胎间及胎纹间杂物。查抄转向盘的游动间隙是不是符合标准；轮毂轴承、转向节主销是不是松动。查抄聚散器和制动踏板的解放行程是不是符合法则。

2、查抄轮胎螺母、半轴螺栓、钢板弹簧骑马螺栓和u形螺栓是不是牢靠靠得住。起动策念头后，查看仪表工作是不是平常，谛听策念头有没有异响。查抄车辆有没有漏水、漏油、漏气、漏电等“四漏”现象。查抄拖挂装配工作是不是靠得住。

3、策念头油的调换。策念头机油的效用紧张是对策念头进行润滑、冷却、密封、干净、防锈、防腐。若异国机油，汽车的心脏就不能平常运转。利用矿物油，平常5000千米换一次机油。

4、汽车制动液查抄与调换：汽车行驶必定的时候就要查抄制动液，必要时需调换。制动液在利用肯按时候后，会呈现沸点低落、混浊及差别程度的氧化变质，所以应根据气候、环境前提、季候变化及工况等及时查抄其质量机能，做到及时调换。平凡工况下，制动液在利用2年或5万千米后就应调换。原则上，差别型号的制动液不能混用，以避免彼其间产生化学反响，感化制动结果。差别车型，利用的制动液也每每差别。制动液有矿物油型制动液、合成型制动液等类别。

但是，给我记忆最深的不但单是专业的练习，还包括练习的一些领会。

找练习工作的认识：

大门生练习活动是一个从大门糊口生涯到社会工作的一个过渡阶段。寒舍和社会的差别很大，有些同学在寒舍时，对本身今后工作的事变思虑得少，筹办得少，一旦步入社会，本

身心理上就一片空白。在踏入社会时，对付本身到底要干甚么工作，本身有甚么技巧，是甚么料，都不是很有把握。是以，练习就显得尤其紧张。

练习和平常上班异国甚么两样。如果练习时就异国方向，那么，今后工作了，想找到方向就大略会走弯路。另有，对付很多同学来讲，先就业再择业是最好的。毕竟本身在寒舍里兵戈社会少，专业实际操纵和应用本领与实际工作要求还是有必定的差距。不要一入手下手就想着本身要找到一份好工作，本身专业内的工作，本身喜好的工作，如许是不敷符合实际的。

工作总结：

1、最好每天都能做工作日记，早上上班前写好本身在这一天的工作目标，工作中应当注意的重点题目，有那些事变是要问明白的等。然后在每天下班前再看一下本身在当天做了那些工作，那些工作目标异国结束，为甚么异国结束，本身在今后的工作中应当注意那些题目。如许将是很紧张的，凡是看看会有很大进步的。

2、在工作时，如果碰到一些不是很明白的处所，必定要向上级或师傅问明白，不能乱凭梦想象，乱做，如许做出来的东西很有大略会返工。

3、在练习工作中，很有大略会碰到和你的顶头上司产生矛盾的事。如果已经产生了，你要思虑为甚么会产生如许的事，事变能不能禁止，如果能禁止，本身在今后的工作中就要注意些。

4、在评论辩论题目时，要有本身的见解，不能吠形吠声，异国见解。

5、工作中要脚结壮地，大家真真做，要多总结，多交换。

固然我在这家公司练习的时候不长也不短，可是我在这家公司却学到了很多我们想进修到的知识，使我对汽车行业有了更进一步的明白。我深知本身在寒舍学到的东西很有限，另有很多知识是我不知道的。在练习期间我当真跟师傅们进修汽车方面的知识，自动脱手，培养了我吃苦耐劳的精神，当真明白车身的布局。结束了汽车有关零部件拆装的目标，到达了练习的要求，也使我在企业里，明白到了企业文化和企业办理系统体例。使我不但在本身的专业有了冲破，也使我进修到关于企业办理方面的知识。总的来讲，我告成的结束了此次练习，为我今后的工作门路起着很紧张的效用。

## 学汽修心得体会篇八

对于尚未毕业的自己，我很荣幸，也很感激xx公司能给我一次汽修实践的机会，针对这三个月的实践，我将对自己的工作做一份自我鉴定。

实践期工作我主要涉及到了汽车维修服务站的整车销售、维修以及信息反馈等。先是从事汽车漆面保养工作入手，刚开始的时候由于对抛光机的使用不熟练，工作中出现好多问题，好在有领导和同事的热心帮助，我慢慢的懂得了其中的使用技巧。其实汽车维修是一项比较简单的工作，技术含量并不高，最主要的就两个字“细心”。在这一个月的时间里，我对汽车维修服务站的整车销售、维修以及信息反馈等有了一定的了解和深刻体会。

对于汽车美容我总结了几个要点：

- 1、求稳避灾：一旦研磨或抛光过度，会造成原有漆面的破坏、很难补救。因此，当出现难题时，应该规划好后再继续操作。
- 2、耐心细致：汽车美容类似工艺品的加工制作，要求精益求精。



3、先试后用：在隐蔽处小范围内先进行试验，以便掌握情况正确使用产品和优化操作方法。

4、取轻避重：需要根据部位及材料选用产品，并作好试验。尽量由低速档位、小力量开始试验操作，直至速度、用力大小满足要求为止。

通过三个月实践，理论联系实际，我把所学的理论知识巩固和充实，培养分析、解决实际问题的能力，为后继毕业设计打下坚实的基础。

## 学汽修心得体会篇九

选修课实行了大半个学期后，我们都切实感受到了选修课对于我们的全面发展有着极大的促进作用。

因为选修课是我们根据自己的爱好来选择的课，这样，我们就会花时间和精力去努力地学习这门课 也就是说，我们是抱着积极的态度去学习选修课的，从而近一个学期下来，我们能从选修课获得不少自己感兴趣的知识，这对我们拓宽视野和培养技能都有较大的帮助。

例如我参加的生活中的嘉兴，老师精心准备的课件和颇具幽默的讲课风格，使我们全身心地投入到课堂中去，不仅丰富了我们的课外知识，同时也能与书本知识相联系，以便对其有更深刻的理解，生活中的嘉兴这门课使我们对自己身后的这片热土有了进一步的了解，作为一个嘉兴人，我认为这还是非常必要的，当我们离开了这里，在外求学的时候，应该学会如何向别人介绍自己可爱的家乡。

再者，我还参加了创业课程，老师运用简单事例和模拟游戏告诉我们一些创业者该具有的基本素质，以及创业需要的人力、物力、财力，并通过分组合作，使我们懂得了创业并不是想象中那么简单，也会碰到种种问题。虽然大部分都是基

础的理论知识，但我相信这对我们踏上社会后的发展有了初步的指导作用。

与此同时，我们学校大力开展的社团活动，也使我们受益匪浅，大家根据自己的兴趣参加社团活动，发展自己的兴趣，和志同道合的朋友们一起分享自己的感想，丰富了大家的课余生活，许多优秀的社团不仅可以拓展相关的知识，也可以锻炼同学们的交际能力和组织能力，例如模拟联合国社团，在大大提高英语口语能力的同时，也增加了同学们演讲的自信，锻炼了口才；嘉中tv和广播站为有才华的人提供了展示的平台，提供了锻炼的机会，提升了自己的能力。

总而言之，选修课对我们的学习和生活都有着巨大的积极作用，希望能进一步开展下去。

## 学汽修心得体会篇十

突然，两个月的实习就要结束了。回顾两个月的'实习，感触很深，收获也很多。这两个月来，在领导和同事的关心和指导下，通过自己的不懈努力，我学到了自己难得的工作经验和感悟。我将从以下几个方面总结自己的经验和体会：

在汽车维修工程教育实习过程中，我始终把学习作为获取新知识、掌握方法、提高能力、解决问题的重要途径和方法，以理论武装头脑、指导实践、促进工作。积极主动的思考，积极将自己已有的知识运用到社会实践中，从而检验知识在实践中的有用性。我从两个月的实习中得到的感受是，我们在学校里学到了很多理论知识，但是很少用到社会实践中，以至于理论和实践大脱节，以至于在以后的学习和生活中找不到方向，学不到用。同时，在工作中不断学习也是弥补自己不足的有效途径。信息时代，社会在变，人也在变，所以有一天不学习，就会落后。通过这两个月的实践，结合汽车维修工程教育岗位的实际情况，对汽车维修工程教育岗位的政策、管理制度和工作制度进行了认真研究，使工作中的难

点有了最有力的武器来解决。通过对这些工作规定的学习，进一步加深了对各项工作的认识，能够实事求是地开展各项工作。

在汽车维修工程教育工作中，我以认真负责的态度对待每一份工作。刚开始因为缺乏经验和了解，觉得在汽车维修工程教育这个岗位上找不到事情做，锻炼，但很快就从自己身上寻找原因，与同事沟通，认识到自己的不足，以至于很快改变了自己的角色和工作定位。为了让自己熟悉工作，尽快进入角色，一方面花时间查看相关资料，熟悉工作职责，另一方面虚心征求领导和同事的意见，让自己对汽车维修工程教育的工作有一个比较系统全面的认知和了解。根据汽车维修工程教育的实际情况，结合自身优势，把握工作重点和难点，全力以赴完成汽车维修工程教育任务。在我两个月的实习期间，我经常受到同事的表扬和领导的表扬。

从大学门口到汽车维修工程教育岗位，我很难适应刚开始的角色转变，找不到问题，解决不了问题，觉得没什么可做的，有点失望，最初的热情也淡了，根本找不到方向。但是，我还是努力保持原来的热情，想做有用的事情，坚持做一些杂活，帮同事做各种工作。我慢慢找到了自己的角色，明白了自己该做什么。这是热情的的问题。只要我保持极大的热情，我相信我会得到认可。如果我什么都做不了，我也做不好，也只有你愿意做。改变自己的角色，从学生变成职员，不仅仅是角色的改变，更是观念的改变。

在车间里，我可以得到领导的充分信任，按时完成上级交办的所有工作，同时，我可以积极协助其他同事处理一些内务工作。个人能力只有融入团队才能实现。实习期间，我充分认识到团队精神的重要性。

团队的本质是共同进步。没有共同的进步和相互的合作，团队就像一团乱麻。如果我们互相合作，团队就会一起工作，成为一个强大的集体。很多人经常把团队和工作小组混为一

谈，但两者有本质的区别。优秀的工作小组和团队一样，具有分享信息、想法和创造力、共同决策帮助每个成员更好地工作、强化个人工作标准的特点。而工作组主要是将工作目标分解成个人，本质上是关注个人的目标和责任。工作组的目标只是单个目标的简单总和，工作组成员不会对超出自己义务的结果负责，也不会尝试许多成员共同工作带来的增值效应。